

Termine im September 2019 für Angehörige von pflegebedürftigen Mitmenschen

Die Teilnahme an allen Angeboten ist kostenlos!
Weitere Infos auf www.pflegeselbsthilfe-bonn.de

Liebe Teilnehmer*innen, liebe Interessierte,
hier erhalten Sie einen Überblick über die Gruppenaktivitäten von
„pflegende!aktiv“ im September. Fühlen Sie sich herzlich eingeladen!

„pflegende!singen“, ein Singkreis für sangesfreudige Angehörige von Pflegebedürftigen, die ein Gemeinschaftserlebnis suchen, findet am Dienstag, dem **10. September um 16.00 Uhr** im LVR Behandlungszentrum St. Johannes-Hospital in der Kölnstr. 54 (2. Etage) in Bonn statt. Heilsames Singen bietet eine Auszeit, lässt aufatmen und neue Kraft schöpfen. Gesangserfahrung ist nicht vonnöten.



LVR-Klinik Bonn

Angeleitet wird die Gruppe von Susanne Wagner.



„pflegende!malen“-Workshop im Kunstmuseum Bonn für Angehörige von Pflegebedürftigen. Am Donnerstag, dem **12. September um 15.00 Uhr** bietet Museumspädagogin Wulpekula Schneider im Kunstmuseum Bonn an der Friedrich-Ebert-Allee 2 auf der Museumsmeile Raum für kreative Ausdrucksformen, um Gefühle und Stimmungen in Farbe und Form einzufangen. Anmeldung im Kunstmuseum Bonn unter Telefon 0228 776230.

**KUNST
MUSEUM
BONN**



Yoga bietet Entspannungsmomente. Die Yogalehrerin und Ärztin Nicola Winter bietet am Donnerstag, dem **19. September 2019 ab 16.15 Uhr** für anderthalb Stunden eine Auszeit für Angehörige von Pflegebedürftigen in der Heilpraktikerschule Artemisa in der Wachsbleiche 9 in Bonn an. Vorerfahrungen in Yoga sind nicht erforderlich. Das Erlernete kann auch Zuhause angewandt werden.



„pflegende!wandern“ mit dem Eifelverein Bonn. Der Wandertreff für Angehörige von Pflegebedürftigen findet am Dienstag, dem **17. September** statt. Gewandert wird durch den Ennert zum Kloster Heisterbach. Die Strecke verläuft durchweg auf guten Wegen und hat so gut wie keine Steigungen. Treffpunkt ist um 10:00 Uhr an der U-Bahnhaltestelle Ramersdorf (oberirdisch an der Bushaltestelle). Dauer mit Einkehr ca. 3,5 Stunden.



Fotogruppe für Angehörige von Pflegebedürftigen. Am Samstag, dem **21. September um 14.00 Uhr** geht es im Japanischen Garten in der Bonner Rheinaue auf Fotopirsch. Fotograf Stephan Körber leitet die Gruppe an. Selbst mit dem Smartphone kann fotografiert werden, denn hier stehen die Motive, deren Auswahl und das Beobachten im Vordergrund. Fotografieren ist ein spannendes und entschleunigendes Erlebnis und soll hier gleichzeitig eine Auszeit vom Pflegealltag bieten.



„pflegende!schreiben“ – Angehörige von Pflegebedürftigen sagen mit Blick auf die vielfältigen Belastungen, die die Pflege mit sich bringt: "was ich hier erlebe, darüber könnte man ein Buch schreiben!" Manche schreiben mitunter Tagebuch. Doch wer interessiert sich für das Gefühlsleben dieser Angehörigen? Zeit zum Zuhören und Austausch im Gespräch mit anderen über das



Erlebte gibt es am Dienstag, dem **24. September um 15.00 Uhr** im Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe in der Lotharstr. 95 in Bonn-Kessenich.

"pflegende!stricken" - Strickkreis für Angehörige von Pflegebedürftigen. In wunderschön heimeligem Ambiente zentral in Bonn-Beuel gelegen, lädt Regina Heinen am Donnerstag, dem **26. September um 15.00 Uhr** in ihr Wollfachgeschäft Schafgabe in die Gottfried-Claren-Straße 7 ein, um ins Gespräch zu kommen – über die Themen, die bewegen und verbinden. Eine Anmeldung unter Rufnummer 0228 / 53 665 225 ist erwünscht.



Möglichkeiten zur individuellen Betreuung von Pflegebedürftigen erhalten Sie in der Rubrik „Unterstützung“ auf www.pflegeselbsthilfe-bonn.de

Weitere Angehörigengruppen in der Region Bonn/Rhein-Sieg finden Sie in der Rubrik „Angehörigengruppen“ auf www.pflegeselbsthilfe-bonn.de

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Rhein-Sieg-Kreis
Landgrafenstr. 1 | 53842 Troisdorf-Oberlar
Telefon 02241 49 39 301
pflegeselbsthilfe-rhein-sieg@paritaet-nrw.org
www.pflegeselbsthilfe-rhein-sieg.de

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bonn
Lotharstr. 95 | 53115 Bonn
Telefon 0228 94 93 33 44
pflegeselbsthilfe-bonn@paritaet-nrw.org
www.pflegeselbsthilfe-bonn.de

